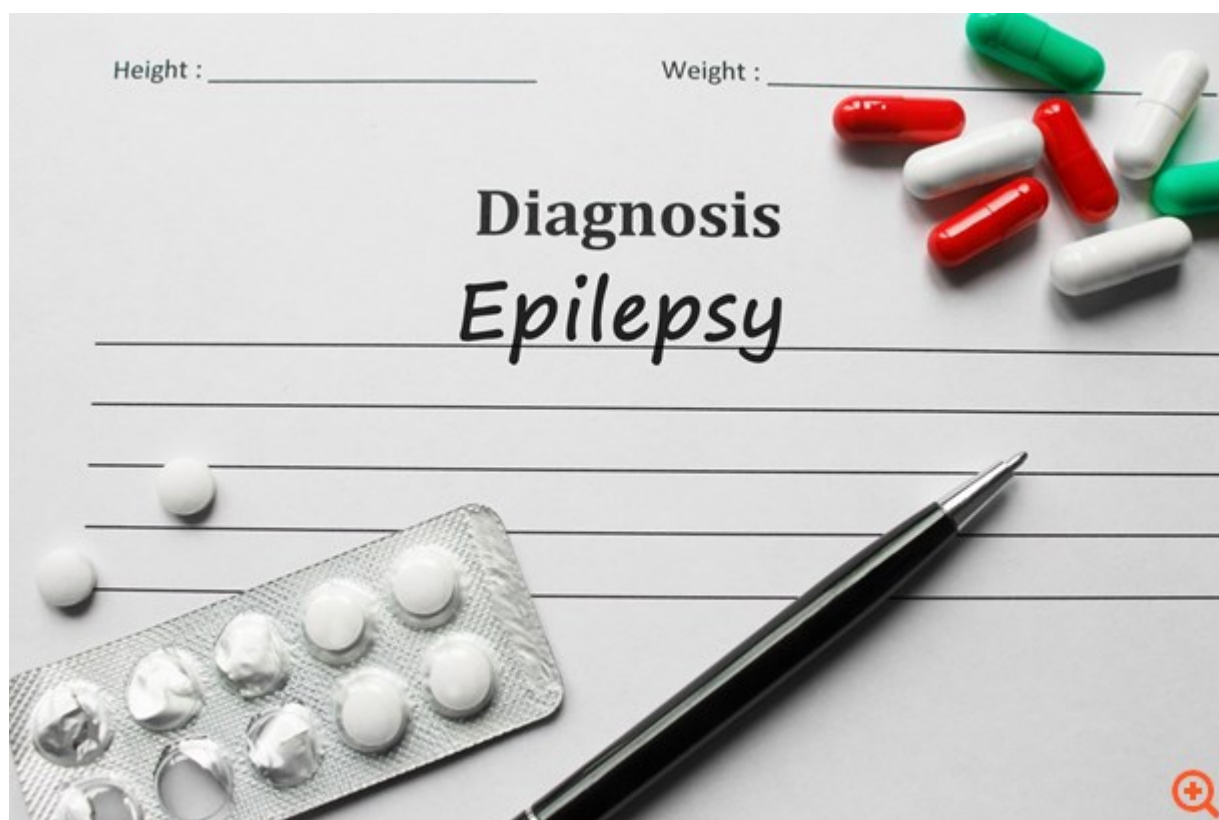
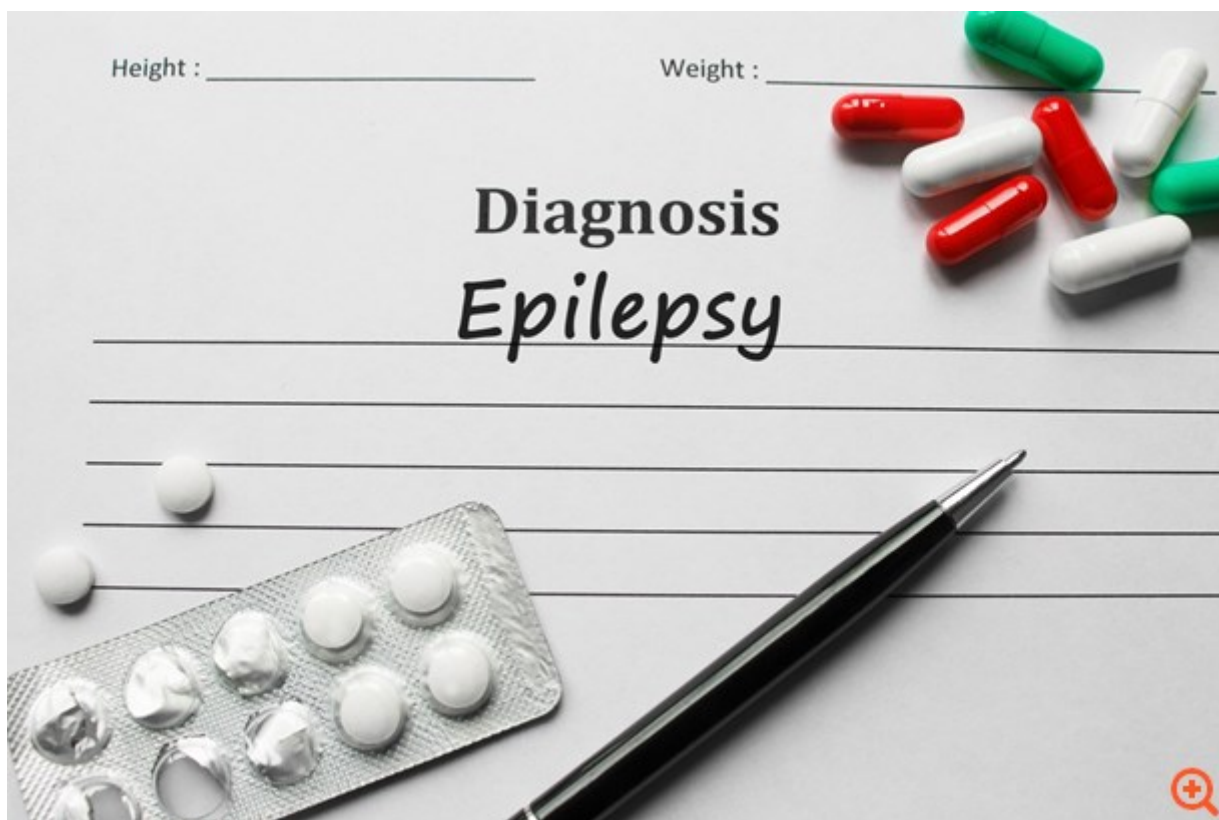


Πως θα βοηθήσουμε κάποιον με κρίση επιληψίας;

/ [Επιστήμες](#), [Τέχνες](#) & [Πολιτισμός](#)



Πρόκειται για μία εγκεφαλική διαταραχή που εκδηλώνεται κλινικά με κρίσεις. Τα κυριότερα ζητήματα που σχετίζονται με τη συγκεκριμένη πάθηση, σύμφωνα με τους ειδικούς, είναι ότι η επιληψία παραμένει πάθηση με έντονο κοινωνικό στίγμα, καθώς και το γεγονός ότι αν και υπάρχει θεραπεία για την επιληψία, 40% των ασθενών στον ανεπτυγμένο κόσμο δεν λαμβάνουν την κατάλληλη θεραπευτική αγωγή. Την ίδια ώρα, περισσότεροι από 70% αυτών που ζουν σε φτωχότερες χώρες δεν έχουν τακτική πρόσβαση σε αντιεπιληπτικά φάρμακα.

Σύμφωνα με τον Πανελλήνιο Επιστημονικό Σύλλογο κατά της Επιληψίας, στην Ελλάδα 100.000 άτομα πάσχουν από επιληψία σε σύνολο 65 εκατ. παγκοσμίως.

Τι πρέπει να γνωρίζουν τα άτομα με επιληψία*

- Να ακολουθούν τη θεραπεία σύμφωνα με τις οδηγίες του γιατρού.
- Να αναφέρουν στον γιατρό τυχόν παρενέργειες από τα φάρμακα.
- Να μη διακόπτουν απότομα τα αντιεπιληπτικά φάρμακα.
- Να ζουν φυσιολογική ζωή. Ανάλογα με τον έλεγχο αλλά και το είδος των κρίσεων μπορεί να υπάρχουν ειδικοί περιορισμοί.

Τι πρέπει να αποφεύγουν τα άτομα με επιληψία

- Να κάνουν μπάνιο με κλειστή πόρτα.
- Να κολυμπούν μόνοι.
- Να οδηγούν αυτοκίνητο εάν δεν έχουν ρυθμιστεί απόλυτα οι κρίσεις τους.
- Να αποφεύγουν ορισμένες δραστηριότητες (π.χ. υποβρύχιο ψάρεμα) και επαγγέλματα (π.χ. οικοδόμος, οδηγός λεωφορείου, αεροπόρος).

Πρώτες βοήθειες

Τι πρέπει να ξέρουμε όλοι μας όταν δούμε ένα άτομο να κάνει μια επιληπτική κρίση με σπασμούς:

- Να διατηρήσουμε την ψυχραιμία μας, να καθυσυχάσουμε όσους βρίσκονται κοντά και να αφήσουμε την κρίση να εξελιχθεί χωρίς να προσπαθήσουμε να τη σταματήσουμε.
- Να χρονομετρήσουμε την κρίση.
- Να απομακρύνουμε αντικείμενα που μπορεί να προκαλέσουν τραύματα.
- Να χαλαρώσουμε τα ρούχα και να βγάλουμε τα γυαλιά ή την οδοντοστοιχία, αν φοράει.
- Να βάλουμε κάτι μαλακό κάτω από το κεφάλι π.χ. σακάκι.
- Να γυρίσουμε (μετά την κρίση) τον ασθενή σε πλάγια θέση για να μην καταπιεί ενδεχόμενα εμέσματα.
- Να παραμείνουμε για 15-20 λεπτά της ώρας και να ελέγξουμε την αναπνοή και το χρώμα του.
- Δεν χρειάζεται να καλέσουμε για ασθενοφόρο εκτός εάν το άτομο έχει τραυματιστεί, ή κύρια κρίση διαρκεί πάνω από 5 λεπτά ή εάν η κρίση επαναληφθεί ή εάν υπάρχει πρόβλημα με την αναπνοή του.

Η αναπνοή σχεδόν πάντα επανέρχεται αυτόματα μετά από μια κρίση. Αν ο ασθενής δεν αναπνέει, αυτό σηματοδοτεί επιπλοκή της κρίσης. Το βλέπουμε όταν υπάρχει έλλειψη δυνατότητας αναπνοής, καρδιακή προσβολή ή χτύπημα στον λαιμό. Σε αυτές τις ασυνήθιστες περιστάσεις πρέπει να αρχίσει αμέσως CPR (καρδιοαναπνευστική ανάνηψη). Αν υπάρξουν επαναλαμβανόμενες κρίσεις ή μία κρίση διαρκέσει πάνω από πέντε λεπτά, το άτομο πρέπει να έχει άμεση ιατρική βοήθεια.

Τι δεν πρέπει να κάνουμε:

- Να μετακινήσουμε το άτομο, εκτός εάν κινδυνεύει.
- Να προσπαθήσουμε να ανοίξουμε το στόμα.
- Να προσπαθήσουμε να βάλουμε κάποιο αντικείμενο στο στόμα.
- Να του δώσουμε κάτι να πει.
- Να προσπαθήσουμε να κάνουμε τεχνητή αναπνοή εκτός από τη σπάνια περίπτωση που ο ασθενής δεν αναπνέει μετά την κρίση.

Την τελευταία Δευτέρα πριν τις 14 Φεβρουαρίου (δηλαδή σήμερα), εορτάζεται η Παγκόσμια Ημέρα Επιληψίας, καθώς-όπως αναφέρεται από τη διεθνή επιστημονική κοινότητα- ο Άγιος Βαλεντίνος είχε την ίδια πάθηση!

Ο Πανελλήνιος Επιστημονικός Σύλλογος κατά της Επιληψίας και η Ελληνική Εθνική Ένωση κατά της Επιληψίας έχουν ενώσει τις δυνάμεις τους για την καλύτερη ενημέρωση και φροντίδα των πασχόντων. Σκοπός της Παγκόσμιας Ημέρας Επιληψίας είναι να δοθεί στα άτομα με επιληψία η αφορμή και το βήμα να μοιραστούν τις εμπειρίες τους και τις προσωπικές τους ιστορίες, χτίζοντας έτσι μια ισχυρή διεθνή κοινότητα ατόμων με επιληψία.

Στο πλαίσιο της διεθνούς εκστρατείας, το hashtag #epilepsyday στο Facebook, το twitter και το Instagram θα ενώσει τις φωνές ανθρώπων από 125 διαφορετικές χώρες.

* Με πληροφορίες από τη Ελληνική Εθνική Ένωση κατά της Επιληψίας

Πηγή: capital.gr